॥ ओ३म् ॥

પંચમહાયજ્ઞ વિધિ

(આર્યોનું નિત્યકર્મ)

સ્વ. ઠા. નથુભાઈ નેણસી કોઠારીએ સ્થાપેલ
વેદવિદ્યોત્તેજક ફંડમાંથી છપાવી પ્રસિદ્ધ કરનાર

બાપુભાઈ કુબેરદાસ પટેલ
સં. મંત્રી, મું. પ્ર. આર્ય પ્રતિનિધિ સભા,
આણંદ.

[દ્વિતીયાવૃત્તિ ૧૦૦૦] * [વિ. સં. ૧૯૯૫

દયાનન્દાબ્દ ૧૧૫

મૂલ્ય: એક પ્રતના બે પૈસા

ધર્મનાં દશ લક્ષણો

શ્રી. રામજી પુંજા 'આર્ય પ્રકાશ' પ્રેસ, આર્યનરોડ, આણંદમાં બાપુભાઈ
કુબેરદાસ પટેલે પોતાને માટે છાપીને આણંદમાં પ્રસિદ્ધ કર્યું. તા. ૧૬-૯-૩૯

॥ ओ३म् ॥

सर्वेषामेव दानानां ब्रह्मदानं विशिष्यते।

સ્વ. નથુભાઇ નેણસી કોઠારી

(કચ્છ મગવાણાવાળા)



[illegible]શ્રીએ [illegible]
ફંડમાંથી ટ્રસ્ટના નિયમાનુસાર આ પુસ્તક
મું. પ્ર. આ. પ્ર. સભાએ છપાવી પ્રસિદ્ધ કર્યું.

॥ ઓ૩મ્ ॥

સંધ્યા કરનારને સૂચના

સન્ધ્યા કરવાનો સમય:

સૂર્યોદય પહેલાં લગભગ અર્ધા કલાકે સંધ્યા શરૂ કરવી જોઇએ, અને સાંજે સૂર્યનો અસ્ત થાય ત્યારે શરૂ કરવી તથા આકાશમાં નક્ષત્ર દેખાય ત્યાં સુધી કરવી. આ સમય થોડામાં થોડો બતાવ્યો છે. જો સમય અને અનુકૂલતા હોય તો વધુ સમય સુધી પણ સંધ્યા કરવી.

પ્રાત:કાળે:

સંધ્યાની શરૂઆત કરતા પહેલાં દેહશુદ્ધિ કરવી એટલે શૌચ, દંતધાવન અને સ્નાન કર્યા પછી સંધ્યા કરવી.

સાયંકાળે:

જો અનુકૂળતા હોય તો સ્નાન કરવું, નહિ તો હાથ, પગ, મુખ ધોઇ સ્વચ્છ ચિત્ત થઇ સંધ્યા કરવી.

સ્થાન:

જ્યાં ગંદકી ન હોય, ઘોંઘાટ ન હોય, મચ્છર આદિ જીવ-જંતુનો ઉપદ્રવ ન હોય, સારી હવા હોય, એકાંત હોય, જમીન સપાટ હોય અને સુંદર કુદરતી દશ્ય હોય એવે ઠેકાણે પદ્માસન વાળી શાંત ચિત્તથી સંધ્યા કરવી. આસનો ઘણાં છે, તેમાંથી પોતાને અનુકૂળ આવે તેવું આસન વાળી બેસવું.

—: સન્ધ્યા :—

પ્રથમ ગાયત્રી મંત્ર બોલી શિખા બંધન કરવું.

આચમન મંત્ર

આ મંત્ર બોલી ત્રણ આચમન કરવાં.

ओ३म् शं नो देवीरमिष्टय आपो भवन्तु पीतये। शंयोरभिस्रवन्तु नः॥ ऋ० १०।९।४॥

હે દિવ્યગુણવાળા વ્યાપક પરમાત્મન્ ! આપ અભીષ્ટ (ઇચ્છિત) તૃપ્તિને માટે અમને સુખકારક માર્ગ બતાવો, અને અમારા ઉપર સુખ અને આરોગ્ય વરસાવો.

ઇન્દ્રિય-સ્પર્શ મંત્ર

ओ३म् वाक् वाक्। ओं प्राणः प्राणः। ओं चक्षुः चक्षुः। ओं श्रोत्रं श्रोत्रम्। ओं नाभिः। ओं हृदयम्। ओं कण्ठः। ओं शिरः। ओं बाहुभ्यां यशोबलम्। ओं करतलकरपृष्ठे॥

હે પ્રભો ! અમારી વાણીમાં સત્ય બોલવાની શક્તિ આપો, પ્રાણમાં જીવનશક્તિ આપો, નેત્રમાં જોવાની શક્તિ આપો, કાનમાં સાંભળવાની શક્તિ આપો, નાભિ પવિત્ર કરો, કંઠ પવિત્ર કરો, બાહુથી યશ અને બળ મેળવવાની શક્તિ આપો, પવિત્ર કાર્યો કરાવી કરતલ અને કરપૃષ્ઠ પવિત્ર કરો.

માર્જન મંત્ર

ओं भूः पुनातु शिरसि। ओं भुवः पुनातु नेत्रयोः॥ ओं स्वः पुनातु कण्ठे। ओं महः पुनातु हृदये। ओं जनः पुनातु नाभ्याम्। ओं तपः पुनातु पादयोः। ओं सत्यं पुनातु पुनः शिरसि। ओं खं ब्रह्म पुनातु सर्वत्र॥

હે જગતના પ્રાણસ્વરૂપ પરમાત્મા અમારી બુદ્ધિ પવિત્ર કરો!

હે દુઃખ દૂર કરનાર પ્રભો, અમારાં નેત્ર પવિત્ર કરો!

હે સર્વ જગતને ચલાવનાર વિભો, અમારા કંઠને પવિત્ર કરો!

હે મહાન્ પૂજનીય ઈશ્વર, અમારા હૃદયને પવિત્ર કરો!

હે સર્વને ઉત્પન્ન કરનાર પરમેશ્વર, અમારી નાભિને પવિત્ર કરો!

હે જ્ઞાનસ્વરૂપ પરમાત્મા, અમારા ચરણોને પાપકર્મમાં જતાં રોકી પવિત્ર કર્મમાં પ્રેરો!

હે અવિનાશી ઈશ્વર અમારી બુદ્ધિને વારંવાર પવિત્ર કરો!

હે આકાશ સ્વરૂપ વ્યાપક પ્રભો અમારાં સર્વ અંગો પવિત્ર કરો!

પ્રાણાયામ મંત્ર

ओं भूः। ओं भुवः। ओं स्वः। ओं महः। ओं जनः। ओं तपः। ओं सत्यम्॥

હે પ્રાણ સ્વરૂપ, હે દુઃખવિનાશક, હે સુખસ્વરૂપ, હે પૂજનીય, હે સર્વોત્પાદક, હે જ્ઞાનસ્વરૂપ, હે અવિનાશી (અમને પવિત્ર કરેા.)

અઘમર્ષણ મંત્રો

ओ३म् ऋतं च सत्यं चाभीद्धात्तपसोऽध्यजायत। ततो रात्र्यजायत। ततः समुद्रो अर्णवः॥

ऋ० १०। १९०। १॥

સત્ય જ્ઞાનસ્વરૂપ વેદ અને પ્રકૃતિ સર્વદા પ્રદીપ્ત પરમાત્માના જ્ઞાનથી પ્રગટ થાયછે. પ્રલયકાળ અને પાણીથી ભરેલેા સમુદ્ર પણ તેજ સામર્થ્યથી ઉત્પન્ન થાયછે.

ओ३म् समुद्रादर्णवादधिसंवत्सरो अजायत। अहोरात्राणि विदधद्विश्वस्य मिषतो वशी॥

ऋ० १०। १९०। २।

સર્વને વશમાં રાખનાર પ્રભુની સ્વાભાવિક શક્તિથી જ દિવસ, રાત, પક્ષ, માસ, અને સંવત્સર (વર્ષ) આદિ સમય પણ બન્યેા છે.

ओ३म् सूर्याचन्द्रमसौ धाता यथापूर्वमकल्पयत्। दिवं च पृथिवीं चान्तरिक्षमथो स्वः॥

ऋ० १०।१९०।३॥

સર્વને ધારણ કરનાર પ્રભુએ સૂર્ય, ચંદ્ર, અગ્નિ, આકાશ, પૃથ્વી અને સુખદાયક જગત્ જેમ પૂર્વકલ્પમાં બનાવ્યાં હતાં તેમ આ કલ્પમાં પણ બનાવ્યાં છે.

शन्नो देवी० બોલીને ફરીથી ત્રણ આચમન કરવાં.

મનસા પરિક્રમણના મંત્રો.

ओ३म् प्राचीदिगग्निरधिपतिरसितो रक्षितादित्या इषवः तेभ्यो नमोऽधिपतिभ्यो नमो रक्षितृभ्यो नम इषुभ्यो नम एभ्यो अस्तु। योऽस्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मस्तं वो जम्भे दध्मः॥ अथर्वकाण्ड ३।२७।१॥

પૂર્વ દિશાના સ્વામી જ્ઞાનરૂપ પરમાત્મા છે, તે બંધ રહિત એટલે સ્વતંત્ર છે. તે અમારૂં રક્ષણ કરનારા થાવ. સૂર્યનાં કિરણો એ પ્રભુના બાણરૂપ છે; અર્થાત્ તે દ્વારા પ્રભુ સંસારનું રક્ષણ કરે છે.

એ પ્રભુને અમારા નમસ્કાર હો, એ રક્ષણ કરનારને અમારા નમસ્કાર હો, એ બાણોને અર્થાત્ રક્ષણનાં સાધનોને જોઇ અમારૂં મસ્તક પ્રભુને નમતું રહો.

જે અમારો દ્વેષ કરે અને અમે જેનો દ્વેષ કરીએ એ ઉભય દ્વેષ્ટાઓ અમે પ્રભુના ન્યાયમાં જઇએ; જેથી અમારો દ્વેષ દૂર થાય અને અમે પરસ્પર મિત્ર બનીએ.

ओं दक्षिणा दिगिन्द्रोऽधिपतिस्तिरश्चिराजी रक्षिता पितर इषवः। तेभ्यो०॥ अथर्वकाण्ड ३।२७।२॥

દક્ષિણ દિશાના સ્વામી પૂર્ણ ઐશ્વર્યવાન્ પરમાત્મા છે. તિર્યક્=પશુ આદિ પ્રાણીઓમાં પણ એ વિરાજમાન છે. બળ, બુદ્ધિ અને સદાચારવાળા વિદ્વાન્ માણસો પ્રભુના બાણસ્વરૂપ છે. અર્થાત્ તેઓ મારફત જગતનું રક્ષણ કરે છે.

ओं प्रतीची दिग्वरुणोऽधिपतिः पृदाकू रक्षितान्न-मिषवः। तेभ्यो० ॥ अथर्वकाण्ड ३। २७। ३॥

પશ્ચિમ દિશાના સ્વામી સર્વશ્રેષ્ઠ પરમાત્મા છે. તે મનુષ્યોમાં જ્ઞાન અને વાણી આપનાર છે, તે રક્ષણ કરનાર છે, અને અન્ન તેના બાણસ્વરૂપ છે; અર્થાત્ તે દ્વારા પ્રભુ જગતને નિભાવે છે.

ओं उदीची दिक् सोमोऽधिपतिः स्वजो रक्षिता-शनिरिषवः। तेभ्यो० ॥ अथर्वकाण्ड ३। २७। ४॥

ઉત્તર દિશાના સ્વામી શાન્તસ્વરૂપ પરમાત્મા છે. તે સ્વયંભૂ છે, અશનિ–વિદ્યુદાદિ તેજ તેમનાં બાણસ્વરૂપ છે; એટલે કે તેનાથી જગતનું રક્ષણ કરે છે.

ओं ध्रुवा दिग्विष्णुरधिपतिः कल्माषग्रीवो रक्षिता वीरुध इषवः। तेभ्यो० ॥ अथर्वकाण्ड ३। २७॥ ५॥

નીચેની દિશાના સ્વામી સર્વવ્યાપક પરમાત્મા છે. ઉપર જોવામાં આવતી કાળાશ અથવા વરસાદનાં કાળાં અને ધોળાં વાદળાં એ વિશ્વમૂર્તિ પરમાત્માના ગ્રીવાસ્થાને છે. અને વરસાદથી ઉત્પન્ન થનારી ઔષધીઓ પ્રભુના બાણરૂપે છે. અર્થાત્ ઔષધીઓ રક્ષણનું સાધન છે.

ओं ऊर्ध्वा दिग् बृहस्पतिरधिपतिः श्वित्रो रक्षिता वर्ष मिषवः॥ तेभ्यो०। अथर्वकाण्ड ३। २७। ६॥

ઉપરની દિશાના સ્વામી વાણીના અધિપતિ તથા સર્વથી મહાન્ પરમાત્મા અધિષ્ઠાતા છે, તે સર્વથા શુદ્ધ છે. અને વરસાદ

પ્રભુના બાણુસ્વરૂપ છે એટલે તે દ્વારા તેઓ સંસારનું રક્ષણ કરે છે.

ઉપસ્થાનના મંત્રો

ओं उद्वयं तमसस्परि स्वः पश्यन्त उत्तरम्। देवं देवत्रा सूर्यमगन्म ज्योतिरुत्तमम्॥ ऋ० १।५०।१०।

પરમાત્મા અંધકાર (પાપ)થી દૂર છે. સર્વત્ર વિદ્યમાન તેમજ સુખસ્વરૂપ છે. સર્વથી ઉત્કૃષ્ટ અને દેવોના પણ અધિદેવ છે. એવા ચરાચર જગત્‌ના આત્માસ્વરૂપ અને ઉત્તમ તેજસ્વરૂપ પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવાને માટે અમે તેમને શરણે જઇએ છીએ.

ओं उदुत्यं जातवेदसं देवं वहन्ति केतवः। दृशे विश्वाय सूर्यम्॥ ऋ० १।५०।१॥

જેનાથી વેદ તથા સૂર્યાદિ પદાર્થો ઉત્પન્ન થયા છે, એવા ચરાચરના આત્માસ્વરૂપ તે દેવને જગત્ સારી રીતે જાણી શકે તે માટે સંસારની રચના સર્વત્ર ફેલાઇ રહી છે.

ओं चित्रं देवानामुदगादनीकं चक्षुर्मित्रस्य वरुणस्याग्नेः। आप्रा द्यावापृथिवी अन्तरिक्ष ँ सूर्य आत्मा जगतस्तस्थुषश्च स्वाहा॥ ऋ० १।११५।१।

પરમાત્મા વિદ્વાનોને પણ ચકિત કરનાર, મહાન્ બલસ્વરૂપ, વાયુ, જલ અને અગ્નિને પણ નિયમમાં રાખનાર તરીકે પ્રકટ છે. સ્વર્ગ, પૃથ્વી અને આકાશમાં તે વ્યાપક છે. તે પ્રભુ સ્થાવર અને જંગમ જગતનો અંતર્યામી છે. તે પરમાત્માની અમે ભક્તિ કરીએ છીએ.

ओं तच्चक्षुर्देवहितं पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत्। पश्येम शरदः शतं जीवेम शरदः शतꣳ शृणुयाम शरदः शतं प्रब्रवाम शरदः शतमदीनाः स्याम शरदः शतं भूयश्च शरदः शतात्॥ यजु० ३६।२४॥

વિદ્વાનોના સહાયક એવા તે શુદ્ધસ્વરૂપ પરમાત્મા સૃષ્ટિની પૂર્વેથી પણ બધાને દોરનાર અને પ્રેરનાર છે. તે પરમાત્માની કૃપાથી અમે પરાધીનતાથી રહિત થઇને સો વર્ષ સુધી તેના મહિમાને જોઇએ, સો વર્ષ સુધી જીવીએ, સો વર્ષ તેના યશોગાન સાંભળીએ, સો વર્ષ સુધી તેના ગુણગાન કરીએ અને એ જ પ્રમાણે તેથી વધારે જીવીએ તો પણ તે પ્રમાણે વર્તીએ.

ગાયત્રી મંત્ર

આ મંત્રનો ઓછામાં ઓછો પાંચ મિનિટ સુધી જપ કરવો.

ओं भूर्भुवः स्वः। तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्॥

ऋ० ३।६२।१०॥ यजु० ३६।३॥

તે પરમાત્મા રક્ષણકર્તા, પ્રાણસ્વરૂપ, સર્વ દુઃખોને દૂર કરનાર અને સુખસ્વરુપ છે. તે જગદુત્પાદક દિવ્ય ગુણવાળા પરમેશ્વરના તે સર્વોત્તમ પાપદાહક તેજને અમે ધારણ કરીએ, કે જે પરમાત્મા અમારી બુદ્ધિને સત્કાર્યમાં પ્રેરે.

ઈશ્વરનમસ્કાર મંત્ર

ओं नमः शम्भवाय च मयोभवाय च। नमः शंकराय च मयस्कराय च। नमः शिवाय च शिवतराय च॥ यजु० १६।४१॥

તે સુખના હેતુ અને આનંદમય પરમાત્માને નમસ્કાર હો! તે કલ્યાણકારી અને સુખદાતા પરમાત્માને નમસ્કાર હો! તે જગદાધાર અને મંગળસ્વરૂપ પરમાત્માને અમારા નમસ્કાર હો!



દેવયજ્ઞ—અગ્નિહોત્ર

अथेश्वरस्तुतिप्रार्थनोपासनाः ॥

ओ३म् विश्वानि देव सवितर्दुरितानि परासुव। यद्भद्रं तन्न आसुव ॥ १ ॥ यजु० अ० ३०, मं० ३.

અર્થ:—હે સકલ જગતની ઉત્પત્તિકર્તા, સમગ્ર ઐશ્વર્યયુક્ત, શુદ્ધસ્વરૂપ, સર્વ સુખોના દાતા પરમેશ્વર આપ કૃપા કરીને અમારાં સંપૂર્ણ દુર્ગુણ, દુર્વ્યસન તથા દુઃખોને દૂર કરો અને જે કલ્યાણકારક ગુણ, કર્મ, સ્વભાવ અને પદાર્થો હોય તે સર્વ અમને આપની કૃપાથી પ્રાપ્ત થાઓ.

ओं हिरण्यगर्भः समवर्त्तताग्रे भूतस्य जातः पतिरेक आसीत्। स दाधार पृथिवीं द्यामुतेमां कस्मै देवाय हविषा विधेम ॥ २ ॥ यजु० अ० १३, मं० ४.

અર્થ:—જે સ્વપ્રકાશ સ્વરૂપ છે અને જેણે પ્રકાશક સૂર્ય ચંદ્રમાદિ પદાર્થો ઉત્પન્ન કરીને ધારણ કર્યા છે, તથા જે ઉત્પન્ન થએલા સંપૂર્ણ જગતનો પ્રસિદ્ધ સ્વામી એકજ ચેતનસ્વરૂપ છે તથા જે સર્વ જગતની ઉત્પત્તિની પૂર્વે વર્તમાન હતો તે આ ભૂમિ તથા સૂર્યાદિને ધારણ કરી રહ્યો છે. અમે તે સુખસ્વરૂપ શુદ્ધ પરમાત્માને ગ્રહણ કરવા યોગ્ય યોગાભ્યાસ અને અતિ પ્રેમથી તેની વિશેષ ભક્તિ કર્યા કરીએ.

ओं य आत्मदा बलदा यस्य विश्व उपासते प्रशिषं यस्य देवाः। यस्यच्छायामृतं यस्य मृत्युः कस्मै देवाय हविषा विधेम् ॥ ३ ॥

यजु० अ० २५, मं० १३

અર્થ:—જે આત્મજ્ઞાનનો દાતા શરીર, આત્મા અને સમાજના બલનો દાતા કે જેની સર્વ વિદ્વાન્ લોકો ઉપાસના કરે છે, અને જેના પ્રત્યક્ષ સત્યસ્વરૂપ શાસન અને ન્યાય અર્થાત્ શિક્ષાને માને છે તથા જેની છાયા અર્થાત્ આશ્રયજ મોક્ષસુખદાતા છે અને જેનું ન માનવું અર્થાત્ ભક્તિ ન કરવી તેજ મૃત્યુ આદિ દુ:ખનો હેતુ છે. અમે તે સુખસ્વરૂપ સકલ જ્ઞાનના દાતા પરમાત્માની પ્રાપ્તિને માટે આત્મા અને અંતઃકરણથી ભક્તિ અર્થાત્ તેની જ આજ્ઞાના પાલનમાં તત્પર રહીએ.

ओं यः प्राणतो निमिषतो महित्वैक इद्राजा जगतो बभूव य ईशे अस्य द्विपदश्चतुष्पदः कस्मै देवाय हविषा विधेम ॥४॥ यजुः० अ० २३, मं० ३.

અર્થ:—જે પ્રાણવાળા અને અપ્રાણિરૂપ જગતનો પોતાના અનંત મહિમાને લીધે એકજ વિરાજમાન રાજા છે, જે આ મનુષ્યાદિ તથા ગૌ આદિ પ્રાણિયોના શરીરની રચના કરે છે તે સુખ સ્વરૂપ સકલૈશ્વર્યના દાતા પરમાત્માની અમારી સર્વોત્તમ સામગ્રીથી અમે વિશેષ ભક્તિ કરીએ.

ओं येन द्यौरुग्रा पृथिवी च दृढा येन स्वः स्तभितं येन नाकः। यो अन्तरिक्षे रजसो विमानः कस्मै

देवाय हविषा विधेम॥ ५॥

यजुः० अ० ३२, मं० ६.

અર્થ:—જે પરમાત્માએ તીક્ષ્ણ સ્વભાવવાળા સૂર્ય આદિને તથા ભૂમિને ધારણ કર્યાં છે, સુખને ધારણ કર્યું છે, અને જે જગદીશ્વરે દુઃખ રહિત મોક્ષને ધારણ કર્યો છે. વળી જે આકાશમાં સર્વ લોકલોકાન્તરોને વિશેષ માનયુક્ત અર્થાત્ જેમ આકાશમાં પક્ષી ઉડે છે તેમ સર્વ લોકોનું નિર્માણ અને ભ્રમણ કરાવે છે, તે સુખસ્વરૂપ, કામના કરવા યોગ્ય પરબ્રહ્મની પ્રાપ્તિને માટે સઘળા સામર્થ્ય સહિત અમે વિશેષ ભક્તિ કરીએ.

ओं प्रजापते न त्वदेतान्यन्यो विश्वा जातानि परि ता बभूव। यत्कामास्ते जुहुमस्तन्नो अस्तु वयं स्याम पतयो रयीणाम्॥ ६॥ ऋ० मं० १०, सू० १२१, मं० १०,

અર્થ:—હે સર્વ પ્રજાના સ્વામી પરમાત્મા આપનાથી ભિન્ન બીજું કોઈ આ સર્વ ઉત્પન્ન થયેલાં જડચેતનાદિનો તિરસ્કાર કરી શકતું નથી; અર્થાત્ આપ સર્વોપરિ છો. જે જે પદાર્થોની કામનાથી અમે આપનો આશ્રય લઈએ તે અને વાંછના કરીએ તે તે કામના આપની કૃપાથી સિદ્ધ થાઓ કે જેથી અમે ધનૈશ્વર્યના સ્વામી થઈએ.

ओं स नो बन्धुर्जनिता स विधाता धामानि वेद भुवनानि विश्वा। यत्र देवा अमृतमानशानास्तृतीये-धामन्नध्यैरयन्त ॥७॥ यजु० अ०३२, म० १०.

અર્થઃ–હે મનુષ્યો, તે પરમાત્મા આપણને ભ્રાતા સમાન સુખદાયક, સકલ જગતના ઉત્પાદક, સર્વ કામોને પૂર્ણ કરનાર, સંપૂર્ણ લોકમાત્ર અને નામ, સ્થાન તથા જન્મોને જાણે છે. અને જે સાંસારિક સુખદુઃખથી રહિત નિત્યાનંદયુકત મોક્ષ સ્વરૂપ પરમાત્મામાં મોક્ષને પ્રાપ્ત કરીને વિદ્વાન લોકો સ્વેચ્છાથી વિચરે છે, તેજ પરમાત્મા આપણો ગુરુ, આચાર્ય રાજા તથા ન્યાયાધીશ છે. આપણે સર્વ મળીને તેની સર્વદા ભકિત કર્યા કરીએ.

ओं अग्ने नय सुपथा राये अस्मान् विश्वानि देव वयुनानि विद्वान्। युयोध्यस्मज्जुहुराणमेनो भूयिष्ठां ते नम उक्तिं विधेम ॥८॥ यजु० अ० ४० मं० १६

અર્થઃ–સ્વપ્રકાશ જ્ઞાનસ્વરૂપ સર્વ જગતના પ્રકાશક સકલ સુખદાતા પરમેશ્વર આપ સંપૂર્ણ વિદ્યાયુકત છો. કૃપા કરીને અમને વિજ્ઞાન વા રાજ્યાદિ ઐશ્વર્યની પ્રાપ્તિને માટે ધર્મયુકત આપ્ત લોકોના માર્ગે સંપૂર્ણ પ્રજ્ઞાન અને ઉત્તમ કર્મ પ્રાપ્ત કરાવો, અને અમારાથી કુટિલતાયુકત પાપરૂપ કર્મને દૂર કરો. એટલાજ માટે અમે આપની અનેક પ્રકારે સ્તુતિરૂપ નમ્રતાપૂર્વક પ્રશંસા સદા કર્યા કરીએ અને અખંડાનંદમાં રહીએ.

સૂચના :

દરરોજ સવારના સંધ્યોપાસના કર્યા પછી અને સાંજે સૂર્યના અસ્ત સમયે સંધ્યોપાસનાની પૂર્વે અગ્નિહોત્ર કરવાનો સમય છે. અગ્નિહોત્રના માટે મથાળેથી ૧૬ આંગળ સમચોરસ અને તળીએથી ચાર આંગળ સમચોરસનો હવનકુંડ સોના–ચાંદી

ત્રાંબા લોઢા કે માટીનો બનાવવો જોઇએ, અને તે સિવાય ઘી હોમવા માટેનો એક ચમચો અને ઘૃતાદિ સામગ્રી રાખવા માટે એક આજ્યસ્થાળી તે પણ સોના–ચાંદી કે માટીની બનાવવી જોઇએ. તે સિવાય એક જળપાત્ર તથા એક ચીમટો અને આંબો વડ, ગુલર, પલાશ આદિ લાકડાંની હવનકુંડના માપ પ્રમાણેની સમિધા તથા અગ્નિહોત્ર માટે એક શેર ઘીમાં એક રતી કસ્તૂરી અને એક માસો કેસર મેળવાને તૈયાર કરેલા ઘીમાંથી દર વખતે છટાંક ઘી વગેરે સામગ્રી તૈયાર કરી સામે રાખવી જોઇએ અને તે પછી પલાશ આદિ અથવા ચંદન આદિના નાના ટુકડા વેદીમાં રાખી અગ્નિને પ્રદીપ્ત કરવો અને નીચેના મંત્રોવડે એક એક આહુતિ આપવી. એ પ્રમાણે પ્રાતઃકાળે પ્રાત;કાળના મંત્રોથી અને સાયંકાળે સાંયકાળના મંત્રોથી આહુતિઓ આપવી. બંને વખત જેમનાથી ન બને તેમણે એક વખત સવારમાં સવાર સાંજના સર્વ મંત્રોથી આહુતિઓ આપવી.

વિધિ

પ્રથમ નીચેના એક એક મંત્રથી એક એક આચમન કરવું.

આચમન

ओं अमृतोपस्तरणमसि स्वाहा ॥ १ ॥

હે સુખપ્રદ જળ! તું પ્રાણીઓનું આશ્રયભૂત છે.

ओं अमृतापिधानमसि स्वाहा ॥ २ ॥

હે અમૃતરૂપી જળ! તું નિશ્ચયપૂર્વક અમારૂં પોષણ કરનાર થા.

ओं सत्यं यशः श्रीर्मयि श्रीः श्रयतां स्वाहा ॥२॥

હે પરમાત્મન્! મારામાં સત્ય, કીર્તિ, શોભા અને લક્ષ્મી સ્થિર રહે.

અંગ-સ્પર્શ

આચમન કર્યા પછી નીચેના સાત મંત્રોથી તે મંત્રમાં બતાવેલા અંગનો સ્પર્શ કરવો. અને સ્પર્શ કરતી વખતે પોતાની ઇચ્છાશક્તિને એ અંગ પર સ્થિર કરી જોવું કે એ અંગથી કોઇ બુરૂં કામ તો નથી થયું!

ओं वाङ्म आस्येऽस्तु ॥

મારા મુખમાં શુદ્ધ, મધુર અને સ્પષ્ટ વાણી રહે.

ओं नसो मे प्राणोऽस्तु ॥

મારી નાસિકાઓમાં પ્રાણ નિયમપૂર્વક ચાલી બળ આપે.

ओं अक्ष्णो मे चक्षुरस्तु ॥

મારી આંખો શુભ કર્મોને જ જુએ.

ओं कर्णयो मे श्रोत्रमस्तु ॥

મારા કાનમાં સત્ય વાણી સાંભળવાની શક્તિ વધે

ओं बाह्वो मे बलमस्तु ।

મારી ભુજાઓમાં બળ વધતું રહે.

ओं ऊर्वो मे ओजोऽस्तु ॥

મારી જાંઘોમાં પણ બળ વધે.

ओं अरिष्टानि मे अङ्गानि तनूस्तन्वा मे सह सन्तु ॥

મારા સર્વ અવયવો હૃષ્ટપુષ્ટ થઇ મારા શરીરની સાથે ઉત્તમ અવસ્થામાં રહે.

અગ્ન્યાધાન

ઉપર પ્રમાણે પ્રાર્થના કર્યા બાદ **ओं भूर्भुवः स्वः ॥** આ મંત્રનો ઉચ્ચારણ કરીને ઘરમાં અગ્નિ તૈયાર હોય તો તે લાવીને અથવા ઘીનો દીવો કરી તેનાથી કપૂર સળગાવી તેને એક પાત્રમાં રાખી નીચેના મંત્રથી અગ્ન્યાધાન કરવું.

ओं भूर्भुवः स्वर्द्यौरिव भूम्ना पृथिवीव वरिम्णा। तस्यास्ते पृथिवि देवयजनि पृष्ठेऽग्निमन्नादमन्नाद्यायादधे ॥

નીચેનો મંત્ર બોલી અગ્નિને પ્રજ્વલિત કરવો.

ओं उद्बुध्यस्वाग्ने प्रतिजागृहि त्वमिष्टापूर्ते सᳯसृजेथामयं च। अस्मिन्त्सधस्थेऽअध्युत्तरस्मिन् विश्वे देवा यजमानश्च सीदत ॥

સમિદાધાન

ત્યારપછી આઠ આંગળ જેવડા સમિધાના ત્રણ ટુકડા ઘીમાં બોળી એકેકને નીચેના મંત્રો બોલી યજ્ઞકુંડમાં હોમવા

ओं अयन्त इध्म आत्मा जातवेदस्तेनेध्यस्व वर्धस्व चेद्ध वर्धय चास्मान् प्रजया पशुभिर्ब्रह्मवर्चसेनान्नाद्येन समेधय स्वाहा। इदमग्नये जातवेदसे इदन्नमम ॥

ओं समिधाग्निं दुवस्यत घृतैर्बोधयतातिथिम् । आस्मिन् हव्या जुहोतन ॥

ओं सुसमिद्धाय शोचिषे घृतं तीव्रं जुहोतन । अग्नये जातवेदसे स्वाहा । इदमग्नये जातवेदसे इदन्न मम ॥

ओं तन्त्वा समिद्भिरङ्गिरो घृतेन वर्द्धयामसि । बृहच्छोचा यविष्ठ्य स्वाहा । इदमग्नयेऽङ्गिरसे इदन्न मम ॥

ઘૃતાહુતિઓ

નીચેનો મંત્ર બોલી ઘીની એક આહુતિ આપવી. એ પ્રમાણે પાંચ વખત મંત્ર બોલી પાંચ આહુતિઓ આપવી.

ओं अयन्त इध्म आत्मा जातवेदस्तेनेध्यस्व वर्धस्व चेद्ध वर्धय चास्मान् प्रजया पशुभिर्ब्रह्मवर्चसेनान्नाद्येन समेधय स्वाहा । इदमग्नये जातवेदसे इदन्नमम ॥

જલપ્રોક્ષણ

ત્યારપછી અંજલીમાં જલ લઇને નીચેના ચાર મંત્રોથી વેદીની ચારે બાજુ જળ છાંટવું.

ओं अदितेऽनुमन्यस्व ।

(આ મંત્રથી વેદીની પૂર્વ દિશામાં)

ओं अनुमतेऽनुमन्यस्व ।

(આ મંત્રથી વેદીની પશ્ચિમ દિશામાં)

ओं सरस्वत्यनुमन्यस्व ।

(આ મંત્રથી વેદીની ઉત્તર દિશામાં)

ओं देव सवितः प्रसुव यज्ञं प्रसुव यज्ञपतिं भगाय । दिव्यो गन्धर्वः केतपूः केतं नः पुनातु वाचस्पति र्वाचं नः स्वदतु ॥

(આ મંત્રથી વેદીની ચારે બાજુ પાણીના છાંટા નાંખવા.)

આઘારાવાજ્યભાગાહુતિ

નીચેના બે મંત્રોથી ઘીની આહુતિઓ આપવી.

ओं अग्नये स्वाहा । इदमग्नये-इदन्न मम ॥

ओं सोमाय स्वाहा । इदं सोमाय-इदन्न मम ॥

(વેદીના ઉત્તર ભાગમાં આહુતિ આપવી.)

આજ્યભાગાહુતિ

ओं प्रजापतये स्वाहा । इदं प्रजापतये इदन्न मम ॥

ओं इन्द्राय स्वाहा । इदमिन्द्राय इदन्न मम ॥

(આ બે મંત્રોથી વેદીના મધ્ય ભાગમાં આહુતિઓ આપવી.)

सूर्य्यो ज्योतिर्ज्योतिः सूर्य्यः स्वाहा ॥ सूर्य्यो वर्च्चो ज्योतिर्वर्च्चः स्वाहाः ॥ ज्योतिः सूर्य्यः सूर्य्यो-ज्योतिः स्वाहा ॥ सजूर्देवेन सविता सजूरुपसेन्द्रवत्या जुषाणः सूर्यो वेतु स्वाहा ॥

ઉપર પ્રમાણેના ચાર મંત્રોથી સવારમાં અને નીચેના ચાર મંત્રોથી સાયંકાળે આહુતિઓ આપવી.

अग्निर्ज्योतिर्ज्योतिरग्निः स्वाहा ॥ अग्निर्वर्च्चो-ज्योतिर्वर्च्चः स्वाहा ॥

अग्निर्ज्योति० એ પ્રથમ મંત્રને મનમાં બોલીને ત્રીજી આહુતી આપવી.

ओं सजूर्देवेन सवित्रा सजू रात्र्येन्द्रवत्या जुषाणो-अग्निर्वेतु स्वाहा ॥ य० अ० ३। मं०। १०॥

નીચેના મંત્રોથી સવાર સાંજ બંને વખત આઠ આહુતિઓ આપવી.

ओ३म् भूरग्ने प्राणाय स्वाहा ॥ ओ३म् भुव-र्वायवेऽपानाय स्वाहा ॥ ओ३म् स्वरादित्याय व्यानाय स्वाहा ॥ ओ३म् भूर्भुवः स्वरग्निवाय्वादित्येभ्यः प्राणा-पानव्यानेभ्यः स्वाहा ॥ ओ३म् आपो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भुवः स्वरों स्वाहा ॥

ओ३म् यां मे मेधां देवगणाः पितरश्चोपासते तया मामद्य मेधयाऽग्ने मेधाविनं कुरु स्वाहा ॥

ओ३म् विश्वानि देव सवितर्दुरितानि परासुव। यद्भद्रं तन्न आसुव ॥

ओं अग्ने नय सुपथा राये अस्मान् विश्वानि देव वयुनानि विद्वान्। युयोध्यस्मज्जुहुराणमेनो भूयिष्ठां ते नम उक्तिं विधेम स्वाहा ॥

ओ३म् भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

ओ३म् पूर्णा दर्वि परापत सुपूर्णा पुनरापत, वस्नेव विक्रीणा वहा इषमूर्ज ऽ शतक्रतो स्वाहा ॥ १ ॥

ओ३म् पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात् पूर्णमुदच्यते । पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्ण मेवावशिष्यते स्वाहा ॥ २ ॥

નીચેના મંત્રને ત્રણવાર બોલી ત્રણ આહુતિઓ આપી સામગ્રી પૂરી કરવી.

ओं सर्वं वै पूर्ण ऽ स्वाहा ॥

નીચેના મંત્રથી વધેલા ઘીની યજ્ઞકુંડમાં ધાર કરવી.

ओ३म् वसोः पवित्र मसि शतधारं वसोः पवित्र मसि सहस्रधारं देवस्त्वा सविता पुनातु वसोः पवित्रेण शतधारेण सुप्त्वा कामधुक्षः ॥

ओ३म् द्यौः शान्ति रन्तरिक्ष ऽ शान्तिः पृथिवी शान्तिरापः शान्ति रोषधयः शान्ति र्वनस्पतयः शान्ति-र्विश्वेदेवाः शान्तिर्ब्रह्म शान्तिः सर्व ऽ शान्तिः शान्ति रेव शान्तिः सा मा शान्ति रेधि ॥

ओ३म् शान्तिः । शान्तिः । शान्तिः ॥

ત્રીજો પિતૃયજ્ઞ

ત્રીજો પિતૃયજ્ઞ છે. તેના બે પ્રકાર છે એક તર્પણ અને બીજું શ્રાદ્ધ. જે કર્મ વડે વિદ્વાન ઋષિ અને પિતરો સુખયુક્ત બની તૃપ્ત થાય તે **તર્પણ** છે. આ પ્રમાણેની ક્રિયા શ્રદ્ધાપૂર્વક સેવન કરવા તેનું નામજ **શ્રાદ્ધ છે.** આ તર્પણ આદિ કર્મ જીવિતમાં થઈ શકે છે. મૃતકોમાં નહિ. મરેલાની સેવા અને તેમને સુખ પહોંચાડવું એ સર્વથા અસંભવ છે. તર્પણ આદિ કર્મમાં સત્કાર કરવા યોગ્ય દેવ, ઋષિ અને પિતર છે. જે મનુષ્યો સત્યનું આચરણ કરે છે તેવા વિદ્વાનો **દેવ** કહેવાય છે. સૃષ્ટિની અંદરની સર્વ વિદ્યાઓ ભણવી અને ભણાવવી એ ઋષિકર્મ છે, અને તે કરનાર **ઋષિ** કહેવાય છે; પિતરમાં પોતાના પિતા, માતા, પુત્ર, સ્ત્રી, તથા અન્ય સંબંધીઓ તેમજ **સોમસદ** એટલે સોમયજ્ઞમાં નિપુણ, **અગ્નિષ્વાત્તા** એટલે અગ્નિવિદ્યામાં નિપુણ. જે પરબ્રહ્મમાં સ્થિર થઈ શમ, દમ, સત્યવિદ્યાદિ ઉત્તમ ગુણોથી યુક્ત તે **બર્હિષદ**, સોમ લતાદિ ઉત્તમ ઓષધીઓના રસપાન કરવા કરાવવામાં નિપુણ તે **સોમપા,** જે યજ્ઞાદિથી અન્ન જલાદિને શુદ્ધ કરી ખાવાપીવા વાળા છે તે **હવિર્ભુજ.** ઘૃતાદિ સ્નિગ્ધ પદાર્થ અને વિજ્ઞાનના દાનથી તેની રક્ષા કરવા વાળા છે તે **આજ્યપા,** જેનો સમય સદા ઉપદેશમાં જાય છે તે **સુકાલિન,** જે પક્ષપાત છોડીને સદા સત્ય વ્યવસ્થા, ન્યાયમાં પ્રવૃત્ત રહે છે તે **યમરાજ** આદિની પિતરોમાં ગણના થાય છે. એ બધાની અન્નાદિથી સેવા સુશ્રૂષા કરવી તે પિતૃયજ્ઞ કહેવાય છે.

ચોથો બલિવૈશ્વદેવ

દરરોજ રસોઇ તૈયાર થાય તે પછી બલિવૈશ્વદેવ યજ્ઞ કરવાનો હોય છે. નીચેના મંત્રોથી ઘૃત મિશ્રિત ભાત અને જો ભાત તૈયાર ન હોય તો ક્ષાર અને લવણ સિવાય જે કંઇ પાક થયો હોય તેની દશ આહુતિઓ આપવી.

ओ३म् अग्नये स्वाहा। ओ३म् सोमायस्वाहा। ओ३म् अग्नीषोमाभ्यां स्वाहा। ओ३म् विश्वेभ्यो देवेभ्यः स्वाहाः। ओ३म् कुहै स्वाहा। ओ३म् अनुमत्यै स्वाहा। ओ३म् प्रजापतये स्वाहा। ओ३म् सहद्यावापृथिवीभ्यां स्वाहा। ओ३म् स्विष्टकृते स्वाहा॥

ત્યારપછી નીચેના મંત્રોથી એક પત્રાવળી કે થાળીમાં મંત્રોમાં કહેલી દિશાઓમાં થોડો થોડો ભાગ રાખવો, અને તે કોઇ અતિથિ આવી ચઢે તો તેને આપી દેવું, અને તેવું કોઇ લેનાર ન હોય તો અગ્નિમાં નાંખી દેવું.

ओ३म् सानुगायेन्द्राय नमः આથી પૂર્વ.

ओ३म् सानुगाय यमाय नमः આથી દક્ષિણ.

ओ३म् सानुगाय वरुणाय नमः આથી પશ્ચિમ.

ओ३म् सानुयाग सोमाय नमः આથી ઉત્તર.

ओ३म् मरुद्भयो नमः આથી બારણામાં.

ओ३म् अद्भयो नमः આથી પાણીમાં.

ओ३म् वनस्पतिभ्यो नमः આથી મુસળ (દસ્તો) અને ઉલુખ-
લમાં (ઉખલી)

ओ३म् श्रियै नमः આથી ઇશાન,

ओ३म् भद्रकाल्यै नमः આથી નૈઋત્ય,

ओ३म् ब्रह्मपतये नमः। ओ३म् वास्तुपतये नमः।
આ મંત્રથી મધ્યમાં,

ओ३म् विश्वेभ्यो देवेभ्यो नमः। ओं नक्तंचारिभ्यो भूतेभ्यो नमः। આથી ઉપર,

ओ३म् सर्वात्मभूतये नमः આથી પછવાડે અને,

ओ३म् पितृभ्यः स्वधायिभ्यः स्वधा नमः આ મંત્રથી દક્ષિણ દિશામાં.

ત્યારપછી લવણ સાથેનો પાક થોડો થોડો લઇને નીચે પ્રમાણેનાં વાક્યો બોલી છ ભાગો જમીન પર મૂકી તે તે ભાગ કુતરા, કાગડા, પતિત, ચંડાળ, પાપી સર્વને આપી દેવા.



પાંચમો અતિથિ યજ્ઞ

श्वभ्यो नमः। पतितेभ्यो नमः श्वपग्भ्यो नमः। पापरोगिभ्यो नमः। वायसेभ्यो नमः। कृमिभ्यो नमः।

પાંચમો અતિથિ યજ્ઞ છે, જેમાં ધાર્મિક પરોપકારી, સત્યોપદેશક, પક્ષપાતરહિત, શાંત અને સર્વ હિતકારક વિદ્વાનોની અન્ન વગેરેથી સેવા કરવી તથા તેમની સાથે પ્રશ્નોત્તર કરી વિદ્યા પ્રાપ્ત કરવી; એને અતિથિ યજ્ઞ કહે છે. આ યજ્ઞ પણ નિત્ય કરવો જોઇએ.

આ પ્રમાણે પંચ મહાયજ્ઞો દરેક સ્ત્રી-પુરુષોએ નિત્ય કરવા જોઇએ. આ પછી પક્ષ યજ્ઞ અર્થાત્ પૂર્ણિમા અને અમાવસ્યાના દિવસે નિત્ય કરવાના અગ્નિહોત્રની આહુતિઓ આપ્યા પછી, સ્થાલીપાક તૈયાર કરી નીચે લખેલા મંત્રો વડે વધારે આહુતિઓ આપવી.

ओ३म् अग्नये स्वाहा॥ ओ३म् अग्निषोमाभ्यां स्वाहा॥ ओ३म् विष्णवे स्वाहा॥

અમાવાસ્યાના દિવસે **ओ३म् अग्निषोमाभ्यां** ની જગાએ **ओ३म् इन्द्राग्निभ्यां स्वाहा** એ મંત્ર બોલી ત્રણ આહુતિઓ આપવી. આવી રીતે પક્ષ યજ્ઞ કરવો; એ દરેક વેદધર્મી આર્યનું કર્તવ્ય છે.

ઇતિ પંચમહાયજ્ઞ વિધિ સમાપ્ત.

આરતી

જય જગદીશ હરે, પિતા જય જગદીશ હરે
ભક્ત જનોં કે સંકટ (૨) ક્ષણમેં દૂર કરે. ૐ જય૦

જો ધ્યાવે ફલ પાવેં, દુઃખ વિણસે મનકા—પ્રભુ (૨)
સુખ સંપત્તિ ઘર આવે (૨) કષ્ટ મિટે તનકા. ૐ જય૦

માત પિતા તુમ મેરે, શરણ ગ્રહું કિસકી—પ્રભુ (૨)
તુમ બીન ઔર ન કોઈ (૨) આશ કરૂં કિસકી. ૐ જય૦

તુમ પુરણ પરમાત્મા, તુમ અંતર્યામી—પ્રભુ (૨)
પરમ બ્રહ્મ પરમેશ્વર (૨) તુમ સબકે સ્વામી. ૐ જય૦

તુમ કરૂણાકે સાગર, તુમ પાલન કર્તા—પ્રભુ (૨)
મૈં મુરખ અજ્ઞાની (૨) કૃપા કરો ભર્તા. ૐ જય૦

તુમ હો એક અગોચર, સબકે પ્રાણપતિ—પ્રભુ (૨)
કિસ વિધ મિલું દયામય (૨) ધર્મ મેં હોવે ગતિ. ૐ જય૦

દીન બંધુ દુઃખ હરતા, તુમ રક્ષક મેરે—પ્રભુ (૨)
કરૂણા હસ્ત બઢાવો (૨) સમીપ ખડા તેરે. ૐ જય૦

વિષય વિકાર મિટાઓ, પાપ હરો દેવા—પ્રભુ (૨)
શ્રદ્ધા ભક્તિ બઢાઓ (૨) સંતનકી સેવા. ૐ જય૦

આર્યસમાજના નિયમો

૧ સર્વ સત્યવિદ્યા અને જે પદાર્થ વિદ્યાથી જાણવામાં આવે છે, તે સર્વનું આદિ મૂળ પરમેશ્વર છે.

૨ ઇશ્વર સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ, નિર્વિકાર, સર્વશક્તિમાન્, ન્યાયકારી, દયાળુ, અનંત, અજન્મા, અનાદિ, અનુપમ, સર્વાન્તર્યામી, અજર, અમર, અભય, નિત્ય, પવિત્ર અને સૃષ્ટિકર્ત્તા છે; તેની જ ઉપાસના કરવી યોગ્ય છે.

૩ વેદ સર્વ સત્ય વિદ્યાઓનું પુસ્તક છે. વેદનું ભણવું, ભણાવવું અને સાંભળવું. સંભળાવવું એ સઘળા આર્યોનો પરમ ધર્મ છે.

૪ સત્ય ગ્રહણ કરવામાં ને અસત્ય છોડવામાં સદા તૈયાર રહેવું જોઇએ.

૫ સર્વ કામ ધર્માનુસાર અર્થાત્ સત્ય અને અસત્યનો વિચાર કરીને કરવાં જોઇએ.

૬ સંસારનો ઉપકાર કરવો અર્થાત્ શારીરિક, આત્મિક અને સામાજિક ઉન્નતિ કરવી એ આ સમાજનો મુખ્ય ઉદ્દેશ છે.

૭ સર્વની સાથે પ્રીતિપૂર્વક ધર્માનુસાર યથાયોગ્ય વર્તવું જોઇએ.

૮ અવિદ્યાનો નાશ અને વિદ્યાની વૃદ્ધિ કરવી જોઇએ.

૯ દરેક આર્યે પોતાની ઉન્નતિથી સંતુષ્ટ ન રહેવું જોઇએ; પરંતુ સર્વની ઉન્નતિમાં જ પોતાની ઉન્નતિ સમજવી જોઇએ.

૧૦ સઘળા મનુષ્યોએ સામાજિક સર્વહિતકારી નિયમ પાળવામાં પરતંત્ર અને સ્વહિતકારી નિયમમાં સ્વતંત્ર રહેવું જોઇએ.